

Universidad de Zaragoza
Facultad de Ciencias de la Salud

Grado en Enfermería

Curso Académico 2016 / 2017

TRABAJO FIN DE GRADO

**PROGRAMA DE FORMACIÓN DIRIGIDO A PROFESIONALES DE ENFERMERÍA
FAMILIAR Y COMUNITARIA Y ENFERMERÍA PEDIÁTRICA PARA MEJORAR EL
CUIDADO DE LAS ADOLESCENTES CON ANOREXIA NERVIOSA.**

**TRAINING PROGRAM AIMED TO FAMILY, COMMUNITY AND PEDIATRIC
NURSING PROFESSIONALS TO IMPROVE THE CARE OF ADOLESCENTES
WITH ANOREXIA NERVOSA.**

Autora: Eugenia Pamplona Curiel

Director: Armando Colomer Simón

Co-Director: Carlos Navas Ferrer

ÍNDICE

RESUMEN.....	3
INTRODUCCIÓN.....	5
OBJETIVOS.....	8
METODOLOGÍA.....	9
DESARROLLO.....	13
➤ DIAGNÓSTICO.....	13
➤ PLANIFICACIÓN.....	14
- OBJETIVOS.....	14
- POBLACIÓN.....	15
- RECURSOS.....	15
- ACTIVIDADES.....	16
- CRONOGRAMA.....	23
- EVALUACIÓN.....	24
CONCLUSIONES.....	25
BIBLIOGRAFÍA.....	26
ANEXOS.....	31

RESUMEN

Introducción: La Anorexia Nerviosa (AN) es un trastorno de la conducta alimentaria (TCA) que cursa con una restricción de la ingesta energética que conduce a un peso corporal bajo, causando un deterioro significativo de la salud. Afecta principalmente a las adolescentes, debido a la etapa de cambios en la que se encuentran, y a sus familiares. Los profesionales de Enfermería, desde el primer nivel de atención sanitaria –Atención Primaria (AP)-, deben tener los conocimientos y herramientas necesarias para proporcionar los cuidados convenientes tanto a las jóvenes como a sus familias.

Objetivo principal: Diseñar un programa de formación sobre la Anorexia Nerviosa dirigido a profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica de cuatro centros de salud de Zaragoza.

Metodología: Se realizó una búsqueda bibliográfica sobre la Anorexia Nerviosa en las principales bases de datos enfermeras nacionales e internacionales para elaborar un programa de formación de profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica. A través de varias sesiones, se aportaron conocimientos acerca de la enfermedad y de las principales intervenciones de enfermería.

Conclusiones: Actualmente, los profesionales de Enfermería no cuentan con planes de actuación estandarizados para la Anorexia Nerviosa en Atención Primaria. Es necesario que sean formados de manera adecuada para así aumentar la calidad de los cuidados que proporcionan tanto al paciente como a su familia.

Palabras clave: anorexia nerviosa, adolescentes, cuidados, atención primaria, enfermería, programa de formación.

ABSTRACT

Introduction: Anorexia Nervosa (AN) is an eating disorder that involves a restriction of energy intake leading to a low body weight, causing a significant deterioration of health. It mainly affects the adolescents, due to the stage of changes in which they are, and to their relatives. Nursing professionals, from the first level of health care - Primary Care - must have the knowledge and tools necessary to provide care for the young and their families.

Main Objective: Design a training program on Anorexia Nervosa aimed at family, community and pediatric nursing professionals from four health centers in Zaragoza.

Methodology: A bibliographic research about Anorexia Nervosa has been carried out in the main databases of national and international nurses in order to develop an education program for family, community and pediatric nursing professionals. Through several sessions, it will provide knowledge about the disease and major nursing interventions.

Conclusions: Currently, nursing professionals do not have standardized action plans for Anorexia Nervosa in Primary Care. They need to be adequately educated to increase the quality of care provided to both the patient and her family.

Keywords: anorexia nervosa, adolescents, care, primary care, nursing, training program.

INTRODUCCIÓN

La adolescencia está caracterizada por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios físicos, psicológicos y sociales. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), abarca a los jóvenes de entre 10 y 19 años. Durante esta etapa, la alimentación juega un papel clave. Ésta debe ser equilibrada, proporcionada e individualizada. Es un período de maduración en el cual diversos factores afectan de manera muy significativa en el correcto mantenimiento de la salud. Los padres, instituciones sociales, miembros de la comunidad y proveedores de servicios tienen la responsabilidad de promover el desarrollo y adaptación de los adolescentes y de intervenir eficazmente cuando surjan problemas (1).

Aunque en general los adolescentes son un grupo de edad sano, los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) son el principal problema de salud en esta etapa. La 5ª edición del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-V) los definen como una alteración persistente en la alimentación que lleva a una alteración en el consumo o en la absorción de los alimentos y que causa un deterioro significativo de la salud física o del funcionamiento psicosocial (2). La Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE) incluye como TCA la Anorexia Nerviosa (AN) y la Bulimia Nerviosa (BN) (3), mientras que el DSM-V añade a éstas dos los TCA no especificados (TCANE). Éste manual apunta tres criterios diagnósticos para la AN: restricción de la ingesta energética que conduce a un peso corporal bajo; miedo intenso a ganar peso; y alteración en la percepción del propio cuerpo.

Aunque la incidencia de TCA ha ido aumentando a lo largo de la historia hasta su punto más alto en la sociedad actual, estos trastornos se conocen desde hace siglos. En el siglo XVII, el médico Richard Morton hizo la primera descripción del cuadro clínico de la AN. Dos siglos después, William Gull propuso dos bases del tratamiento: la nutrición regular y el consejo psicológico; en el siglo XIX, Lasègue empezó a entender la enfermedad como un cuadro nervioso. A partir de los años sesenta son muchos los trabajos publicados sobre la AN y BN (4).

En cuanto a su prevalencia, las mujeres jóvenes constituyen el grupo más vulnerable, habitualmente durante la adolescencia y juventud temprana – con menor frecuencia puede ocurrir después de los 40 años (5)- comprendiendo las etapas de mayor capacidad reproductiva, con efectos sobre el ciclo menstrual, función ovárica, fertilidad, sexualidad y embarazo (6). Los TCA afectan en un 90-95% de los casos a chicas adolescentes (4,6) de edades entre 12 y 25 años, siendo cada vez más precoz la edad de inicio (7,8). En Aragón, estudios realizados indican una tasa de prevalencia de alrededor del 4-6%. Aunque se ha observado un aumento del número de casos tanto en mujeres como en hombres (9), la proporción entre ambos sexos es de 10:1 aproximadamente (4).

La etiología de este trastorno es desconocida, por lo que para comprenderla debe hacerse de forma multidimensional y multifactorial. Generalmente, todos los comportamientos humanos dependen, en mayor o menor medida, de las circunstancias del sujeto; en el adolescente aún es mayor esta “influencia de la situación” (10). Por ello, se deben tener siempre en cuenta los factores sociales, psicológicos, biológicos, genéticos y familiares de los y las adolescentes (4,11). Entre los aspectos psicosociales más presentes en la adolescencia, se encuentran la presión de los medios de comunicación sobre los modelos de belleza, los cambios corporales, las ideas obsesivas sobre peso y figura, los primeros contactos sexuales, las críticas respecto al cuerpo, los acontecimientos vitales estresantes y el seguimiento compulsivo de dietas adelgazantes (12). Otros factores de riesgo en la aparición de AN en adolescentes pueden ser obesidad en la infancia, trastornos afectivos, pobre control de impulsos o trastorno límite de la personalidad. Algunos artículos señalan que las familias sobre-protectoras, rígidas y que evitan los conflictos influyen negativamente en la aparición y mantenimiento de los TCA (13, 14, 15).

La AN cursa con una restricción de la ingesta energética que conduce a un peso corporal bajo. Ante el miedo a engordar, los y las adolescentes se imponen a sí mismos el permanecer por debajo de un límite máximo de peso corporal (3). Un índice de masa corporal (IMC) $\leq 18,5$ kg/m² indica un bajo peso. Un IMC ≤ 13 kg/m² sugiere necesidad de internamiento (16).

Entre las complicaciones más serias de la AN se encuentran la desnutrición y deshidratación, la afectación cardiovascular, los desequilibrios electrolíticos, los trastornos gastrointestinales y de la motilidad, infertilidad e hipotermia (9). Algunas de ellas –las que afectan al esqueleto, sistema reproductor y cerebro- pueden resultar irreversibles, como la osteoporosis, retraso en el crecimiento y maduración sexual y cambios estructurales cerebrales (9,16). La mortalidad asociada a la AN se atribuye principalmente al suicidio. Las comorbilidades psiquiátricas más frecuentes son la depresión, el trastorno obsesivo-compulsivo y trastornos de la ansiedad (15,17). La enfermedad puede originar problemas en la interpretación de la realidad y en la disminución de la capacidad de aprendizaje, desembocando en desinterés y abandono en las consecuencias de la mala nutrición (estado de piel y mucosas, uñas, cuidado de la boca)(18).

En la actualidad, los TCA son un gran problema de salud pública, porque además de su creciente prevalencia, trascendencia social e impacto familiar (19) son extremadamente difícil de tratar (20), siendo fundamental evitar su cronificación (14). Por este motivo, deben considerarse una prioridad para el cuidado de la población adolescente y generar programas de promoción, prevención e intervención primaria y especializada (21), evitando que los profesionales de salud no dispongan de un plan de cuidados estandarizado para abordar estos trastornos (22).

El tratamiento de la AN se basa en tres principios: tratar el trastorno y sus consecuencias orgánicas, trabajar sobre la personalidad de base y realizar abordaje familiar (14). Es necesario que los profesionales sanitarios cuenten con las competencias necesarias para comunicarse bien con los y las adolescentes y ofrecer los cuidados oportunos (23) dentro de un equipo multidisciplinario, abarcando su desarrollo personal y la inclusión de las familias en sus cuidados (24).

Desde el primer nivel de atención sanitaria, Atención Primaria (AP), los profesionales de enfermería deben identificar a personas con riesgo de padecer un TCA así como decidir si tratarlo en el centro de AP o derivarlo a atención especializada; dar educación nutricional; realizar al menos un

control semanal para prevenir recaídas y proporcionar apoyo y asesoramiento a las familias (4,15). Asimismo, éstas necesitan recibir intervenciones de los profesionales para aumentar los conocimientos y estrategias para gestionar la enfermedad (18). Así, se consigue reducir su angustia y fortalecerles para ayudar a que su hija adolescente alcance los objetivos de la recuperación (25).

Finalmente, todas estas actividades requieren de un marco general de acciones comunitarias con el que promover estilos de vida saludables, fomentar las asociaciones con otros grupos de profesionales (como educadores y líderes comunitarios) para ayudar al colectivo a comprender estos trastornos e intervenir en la evaluación de programas y políticas al respecto (26).

OBJETIVOS DEL TRABAJO

Objetivo principal

Diseñar un programa de formación dirigido a profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica de cuatro centros de salud de Zaragoza para aumentar la calidad de los cuidados a las adolescentes con Anorexia Nerviosa y a sus familiares.

Objetivos específicos

- Realizar una revisión bibliográfica sobre la Anorexia Nerviosa, específicamente sobre los cuidados de enfermería que requieren los y las adolescentes que la sufren y sus familiares.
- Diseñar las sesiones de un programa de formación dirigido a profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica de cuatro centros de salud de Zaragoza para mejorar el cuidado de las adolescentes con Anorexia Nerviosa y sus familiares.

METODOLOGÍA

En el presente trabajo se diseña un programa de formación dirigido a profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica con el fin de mejorar la atención a las adolescentes con Anorexia Nerviosa y a sus familiares.

Para conocer la actualidad del problema, se realizó una revisión bibliográfica a través de una búsqueda en las principales bases de datos de ciencias de la salud y de enfermería, tanto nacionales –Cuiden Plus, Dialnet - como internacionales –PubMed, Medline, ScienceDirect-. Se utilizó también la biblioteca virtual Scielo y el buscador Google Académico.

Como palabras clave se utilizaron “anorexia nerviosa” (en inglés “anorexia nervosa”), “enfermería” (en inglés “nursing”), “care”, atención primaria (en inglés “primary care”), “trastornos conducta alimentaria” acotando la búsqueda a través del operador booleano “and”. En la tabla 1 se describe cada una de las búsquedas, en la que han sido incluidos todos los resultados obtenidos, según un límite temporal de los últimos 15 años, así como documentos en español, inglés y portugués que incluyan las palabras clave en el título del documento, y el acceso al texto completo.

Tabla 1. Búsqueda bibliográfica.

BASES DE DATOS	PALABRAS CLAVE	LIMITACIONES	ARTÍCULOS ENCONTRADOS	ARTÍCULOS UTILIZADOS
CUIDEN PLUS	“anorexia nerviosa” and “enfermería”	Texto completo Años 2002-2017	8	2
PUBMED	“anorexia nervosa” and “nursing”	Años 2002-2017 Texto completo gratuito	21	1
MEDLINE	“anorexia nervosa”	Años 2002-2017	4	1

	and "nursing" and "primary care"			
SCIENCE DIRECT	"anorexia nervosa" and "care"	Años 2002-2017	18	2
DIALNET	"anorexia nerviosa" and "enfermería"		11	3
SCIELO	"anorexia nervosa" and "care"	Artículos en inglés y español	11	3
GOOGLE ACADÉMICO	"trastornos conducta alimentaria" and "atención primaria"	Años 2002-2017	25	2
Fuente: elaboración propia			Total Seleccionados	14

Se manejaron las últimas ediciones de dos manuales de impacto de salud mental:

Tabla 2. Manuales de impacto de Salud Mental.

MANUALES DE IMPACTO DE SALUD MENTAL
Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales; 5ª edición (DSM-V).
Manual de Introducción a la Psicopatología y la Psiquiatría; 8ª edición, de J. Vallejo Ruiloba.

Fuente: elaboración propia.

Se consultaron diferentes páginas web:

Tabla 3. Páginas web consultadas.

PÁGINAS WEB	
Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-10-ES)	https://eciemaps.mspsi.es/ecieMaps/browser/index_10_mc.html
Organización Mundial de la Salud (OMS)	http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/ http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/mental_health/es/
Asociación Aragonesa de familiares de enfermos con trastornos de la conducta alimentaria: Anorexia y Bulimia (ARBADA)	http://arbada.org/que-son-los-trastornos-de-la-conducta-alimentaria-2/

Fuente: elaboración propia.

Además, se revisaron diversas guías clínicas:

Tabla 4. Guías clínicas.

GUÍAS CLÍNICAS
Guía de Práctica Clínica sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria del Sistema Nacional de Salud.
Guía de Cuidados de Enfermería Familiar y Comunitaria en los Trastornos de la Conducta Alimentaria. SEMAP.
Programa de Atención a la Salud Mental Infanto-Juvenil del Servicio Aragonés de Salud.
Plan Estratégico 2002-2010 de Atención a la Salud Mental en la Comunidad Autónoma de Aragón.
Guía de Cuidados Enfermeros en la Red de Salud Mental de Aragón.

Fuente: elaboración propia.

Se emplearon dos libros de la Biblioteca de la Universidad de Zaragoza:

Tabla 5. Libros de la Biblioteca de la Universidad de Zaragoza.

LIBROS BIBLIOTECA UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA
Enfermería de Salud Mental y Psiquiátrica: Planes de cuidados, de Joana Fornés Vives.
Cuidados de enfermería en salud mental, de Linda Eby y Nancy J. Brown.

Fuente: elaboración propia.

DESARROLLO

Este programa de formación está dirigido a profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica con el objetivo de aumentar la calidad de los cuidados que proporcionan a las adolescentes con Anorexia Nerviosa y a sus familiares. El contenido del programa incluye información y datos sobre los TCA, en concreto sobre la Anorexia Nerviosa, y sobre la adolescencia, así como los diagnósticos más frecuentes y las intervenciones que puede realizar enfermería con las adolescentes y con sus familiares desde la consulta de Atención Primaria.

El programa se llevará a cabo en cuatro Centros de Salud del Sector II de Zaragoza (Tabla 6). Éstos, facilitarán una sala de reuniones que cuente con los materiales necesarios donde poder llevar a cabo las sesiones.

Tabla 6. Centros de Salud donde se realizará el programa.

CENTROS DE SALUD
C.S. José Ramón Muñoz Fernández
C.S. Romareda Seminario
C.S. Fernando el Católico
C.S. Casablanca

Fuente: elaboración propia.

A) DIAGNÓSTICO:

Los profesionales de Enfermería de Atención Primaria se enfrentan diariamente a diversos tipos de pacientes en sus consultas: diferentes edades, patologías, y fines de la consulta. Por este motivo, éstos profesionales han de tener siempre conocimientos sobre todo lo que afecta a la salud. Sin embargo, al no ir con frecuencia los adolescentes a los Centros de Salud, enfermeros y enfermeras encuentran serias dificultades en la atención a éstos; más aún si se trata de jóvenes con Trastornos de la Conducta Alimentaria. Siendo así, existe la necesidad de formar a los

profesionales de enfermería en estas enfermedades, así como en los cuidados que han de dar tanto a quienes la padecen como a sus familias.

B) PLANIFICACIÓN

1. Objetivos del programa

Objetivo General

Los profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica serán capaces de identificar las necesidades de cuidados de las adolescentes con Anorexia Nerviosa así como los de sus familiares, y de aplicar las intervenciones necesarias para su asistencia desde Atención Primaria.

Objetivos Específicos

- Los profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica adquirirán conocimientos sobre la AN, su epidemiología, su etiología y su clínica.
- Los profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica describirán las características de la adolescencia y los principales problemas en la relación y comunicación con un/a adolescente.
- Los profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica reconocerán los diagnósticos de enfermería más frecuentes en las adolescentes con AN y en sus familiares.
- Los profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica identificarán las intervenciones de enfermería más adecuadas a las adolescentes con AN y a sus familiares.
- Los profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica ofrecerán información sobre redes y grupos de apoyo, tanto para las adolescentes como para sus familiares.

2. Población/Destinatarios

Profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica de cuatro Centros de Salud del Sector Zaragoza II en los que se va a desarrollar el programa. El número total de participantes del programa será de aproximadamente 50 personas.

Dos semanas antes de llevar a cabo el programa, se llevarán hojas de inscripción a cada centro de salud para que los profesionales de Enfermería comunitaria y familiar y Enfermería pediátrica que estén interesados en participar puedan apuntarse (Anexo 1).

3. Recursos

Recursos humanos

Una enfermera especializada en Salud Mental que se encargará de la primera, segunda y cuarta sesión sola, y la tercera con el apoyo de la psicóloga.

Una psicóloga de la asociación ARBADA que apoyará a la enfermera en la tercera sesión.

Recursos materiales

➤ Materiales diversos

- Hojas de inscripción al programa
- Encuestas de evaluación inicial
- Encuestas de evaluación final
- Folios en blanco
- Bolígrafos

➤ Materiales inventariables

- Ordenador

- Cañón de proyección
- Pantalla para proyección
- Mesas
- Sillas

Tanto la infraestructura (sala de reuniones donde se desarrollarán las sesiones) como los materiales inventariables no supondrán ningún coste puesto que los proporcionará cada centro de salud.

Dentro del coste económico, se engloban las horas de trabajo invertidas por la enfermera y la psicóloga, tanto las correspondientes a la preparación de las sesiones, como las empleadas en impartir las sesiones.

Tabla 7. Presupuesto económico del programa.

HONORARIOS ENFERMERA (15€/hora)*	510€
HONORARIOS PSICÓLOGA (15€/hora)**	120€
MATERIAL DIVERSO (hojas de inscripción, de evaluación, folios y bolígrafos)	30€
GASTO TOTAL	660€

Fuente: elaboración propia

*24 horas de sesiones + 10 horas de preparación

**6 horas de sesiones + 2 horas de preparación

4. Actividades/Sesiones

Una semana antes de llevar a cabo el programa en los centros de salud, se entregará una encuesta a cada profesional de Enfermería que vaya a asistir a las sesiones con el objetivo de saber los conocimientos sobre los TCA, la AN y los cuidados que requieren tanto en las adolescentes como en sus familias. (Anexo 2)

Se desarrollarán cuatro sesiones de una hora y media de duración cada una, en horario de 17:00h a 18:30h. Tendrán lugar de lunes a jueves durante una semana en cada centro de salud; es decir, el desarrollo del programa durará las cuatro semanas del mes de noviembre. Serán impartidas por una enfermera especializada en Salud Mental y una psicóloga de la asociación ARBADA.

Los métodos empleados durante las sesiones serán principalmente la exposición con apoyo de material audiovisual y la discusión y debate abiertos.

- **Sesión 1**

Nº de sesión	Sesión 1
Imparte la sesión	Enfermera
Duración	90 minutos
Objetivos	<p>Los participantes definirán los TCA, en concreto la AN, describirán su epidemiología, los factores que intervienen en su aparición y desarrollo y sus manifestaciones clínicas.</p> <p>Los participantes proporcionarán información sobre las redes de apoyo existentes a nivel local.</p>
Desarrollo	<p>Al comienzo, la enfermera que impartirá las sesiones se presentará ante los asistentes y presentará brevemente el programa y sus objetivos. Se les repartirá folios en blanco y bolígrafos por si quieren tomar algún apunte.</p> <p>Para ir creando un ambiente de confianza, la enfermera preguntará a los asistentes qué conocimientos tienen de los TCA, más concretamente de la Anorexia Nerviosa. A continuación, la enfermera procederá con la presentación y explicación -mediante un PowerPoint- de qué son los TCA, nombrando los diferentes tipos y centrándose en la AN. Enunciará datos de su</p>

	<p>prevalencia e incidencia. Describirá sus causas y principales factores de riesgo ligados a la adolescencia, haciendo reflexionar sobre si la sociedad actual y sus cánones de belleza empujan en cierto grado a las adolescentes a vivir preocupadas por su aspecto físico, y la medida en que esto interviene en la aparición de trastornos alimentarios. Continuará citando los principales signos de alarma de aparición de la enfermedad, sus manifestaciones clínicas y las consecuencias más y menos graves, así como las patologías – mayoritariamente psiquiátricas- que pueden estar asociadas. Además, se dará información acerca de las redes de apoyo existentes, en concreto la principal de Zaragoza (ARBADA) y de sus ofertas en educación y apoyo.</p> <p>Finalmente, la enfermera invitará a los asistentes a contar alguna experiencia propia relacionada y se resolverá cualquier duda que haya surgido sobre los temas tratados a lo largo de la sesión.</p>
--	---

• **Sesión 2**

Nº de sesión	Sesión 2
Imparte la sesión	Enfermera
Duración	90 minutos
Objetivos	<p>Los participantes describirán las características de la adolescencia e identificarán los principales problemas en la relación y comunicación con un/a adolescente.</p> <p>Los participantes determinarán los diagnósticos de enfermería más frecuentes en una adolescente con AN siguiendo la taxonomía NANDA, así como las</p>

	intervenciones de enfermería más adecuadas para llevar a cabo desde Atención Primaria.
Desarrollo	<p>En primer lugar, se hará un breve recordatorio de la sesión anterior y se resolverán dudas si las hubiera. En la primera parte de la sesión, la enfermera introducirá el tema de la adolescencia, mencionando las principales características de esta etapa. Se destacará que es un período de maduración personal en el que tiene alto impacto los aspectos psicosociales del adolescente: la relación con su familia, amigos y primeras parejas; percepción de la imagen corporal; y búsqueda de la identidad propia. Se propondrá entonces que los asistentes compartan sus opiniones acerca de cuáles son las preocupaciones de los adolescentes y de los problemas más frecuentes que encuentran en la relación y comunicación con ellos. Tras esto, la enfermera expondrá las características más comunes de las adolescentes que sufren Anorexia Nerviosa, abarcando los cambios físicos, la vida social, la personalidad y la auto-percepción.</p> <p>En la segunda parte de la sesión, con el apoyo de las etiquetas diagnósticas NANDA , los Criterios de Resultados NOC y las intervenciones NIC (27), se animará a los participantes a que manifiesten cuáles son los diagnósticos de enfermería que se pueden relacionar con esta enfermedad y cuáles las intervenciones de enfermería y después, la enfermera enumerará todos ellos. Los diagnósticos que se desarrollarán serán: desequilibrio nutricional por defecto, afrontamiento ineficaz, trastorno de la autoestima y trastorno de la imagen corporal (28). Se detallarán aquellas intervenciones que mejor se puedan llevar a cabo desde la consulta de</p>

	<p>Enfermería de Atención Primaria, permitiendo siempre que los participantes expresen sus dudas y opiniones.</p> <p>Para finalizar, se dejará un tiempo para resolver dudas que hayan podido surgir a lo largo de la sesión</p>
--	--

• **Sesión 3**

Nº de sesión	Sesión 3
Imparte la sesión	Enfermera y psicóloga
Duración	90 minutos
Objetivos	<p>Los participantes reconocerán la importancia de una buena alimentación en la adolescencia y plantearán los recursos necesarios para proporcionar asesoramiento nutricional adecuado.</p> <p>Los participantes detallarán los problemas de afrontamiento ineficaz, trastorno de la autoestima y de la imagen corporal característicos de la AN, y formularán las intervenciones de enfermería relacionadas más apropiadas para llevar a cabo desde Atención Primaria.</p>
Desarrollo	<p>En primer lugar, se recordará el contenido de la sesión anterior recordando especialmente las intervenciones de enfermería que se pueden llevar a cabo con una adolescente con Anorexia Nerviosa.</p> <p>Se identificarán los cuidados básicos de enfermería en una adolescente con AN, que se irán explicando a lo largo de la sesión: alimentación, afrontamiento y autoestima e imagen corporal. Se explicará la importancia de una dieta equilibrada y personalizada según las características de la adolescente y se darán unas pautas básicas sobre la educación</p>

	<p>sanitaria y el asesoramiento nutricional.</p> <p>La enfermera, junto con la psicóloga, planteará los problemas que suelen tener las adolescentes con AN para afrontar su enfermedad y explicará las herramientas adecuadas para que las adolescentes expresen sus sentimientos con el fin de mejorar su afrontamiento. A continuación, explicará el trastorno de la autoestima y de la imagen corporal tan característicos de los TCA. La enfermera expondrá las intervenciones que puede llevar a cabo Enfermería desde Atención Primaria para que las adolescentes con AN tengan una imagen más realista sobre las propias dimensiones corporales y tengan un estilo de pensamiento más reflexivo y adaptativo.</p> <p>Para terminar la sesión, habrá tiempo para resolver cualquier duda surgida durante la sesión.</p>
--	---

• **Sesión 4**

Nº de sesión	Sesión 4
Imparte la sesión	Enfermera
Duración	90 minutos
Objetivos	<p>Los participantes identificarán los diagnósticos de enfermería más frecuentes en los familiares de una adolescente con AN siguiendo la taxonomía NANDA, así como las intervenciones de enfermería relacionadas más adecuadas para llevar a cabo desde Atención Primaria.</p> <p>Los participantes ofrecerán información sobre las ofertas de apoyo a las familias que brindan las asociaciones de TCA, en concreto ARBADA.</p>
Desarrollo	La enfermera comenzará la sesión explicando la

	<p>figura de la familia en la adolescencia, su influencia, las actitudes que suelen adquirir entorno a la enfermedad y los problemas más frecuentes que surgen en el entorno familiar. Animará a los asistentes a que digan cuáles creen que son los diagnósticos de enfermería que más frecuentemente se encuentran en los familiares de adolescentes con AN y los completará si hace falta. Expondrá también las intervenciones de enfermería que se pueden llevar a cabo con ellos.</p> <p>Después, tratará de profundizar en los sentimientos de impotencia, tristeza o fracaso, entre otros, que nacen en estas familias y en qué pueden hacer los profesionales de enfermería desde Atención Primaria para mejorar en su cuidado y darles apoyo. Se les expondrá las ofertas de apoyo a familias que tienen las asociaciones de TCA, en concreto las que ofrece ARBADA. La enfermera informará también a los asistentes de las actitudes con respecto a la alimentación que suelen adquirir los familiares, las que es recomendable que adquieran y las herramientas necesarias para que sean capaces de transmitírselas y de que las pongan en práctica de forma eficaz.</p> <p>Antes de acabar la sesión, habrá tiempo para resolver cualquier duda surgida durante la sesión.</p>
--	--

5. Cronograma

Diagrama de Gantt

	SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE				DICIEMBRE			
Elaboración del programa																
Contacto con Centros de Salud																
Preparación de sesiones																
Sesiones C.S. José Ramón Muñoz Fernández																
Sesiones C.S. Fernando el Católico																
Sesiones C.S. Romareda Seminario																
Sesiones C.S. Casablanca																
Evaluación																

6. Evaluación

Una vez llevadas a cabo todas las sesiones en los cuatro centros de salud, se evaluará el programa a través de una encuesta que se repartirá a todos los participantes. De esta forma, podrán valorar los conocimientos que adquirieron durante las sesiones. También determinarán su grado de satisfacción con respecto al desarrollo y a la estructura del programa mediante un cuestionario, en el que además podrán sugerir cambios y/o mejoras (Anexo 3).

Para evaluar si se han conseguido los objetivos del programa y, por consiguiente, si se han mejorado los servicios sanitarios, se realizará un seguimiento continuado, utilizando como indicador el número de historias clínicas de enfermería de chicas adolescentes –extraídas del programa OMI-ap- en las que los profesionales de enfermería dejan anotadas observaciones e intervenciones educativas.

Con los datos que se recojan, se llegará a unas conclusiones acerca de los resultados obtenidos, los errores detectados y sus posibles causas, así como de las alternativas de mejora.

CONCLUSIONES

La Anorexia Nerviosa constituye un gran problema de salud pública, ya que además del aumento de su incidencia en las últimas décadas y de las graves consecuencias que acarrea para la persona que la sufre y su familia, es un trastorno muy difícil de tratar.

Se debe concienciar a la población acerca de la gravedad de los Trastornos de la Conducta Alimentaria y de la importancia que tiene generar programas de promoción y prevención. Los profesionales de enfermería de Atención Primaria no cuentan con planes estandarizados de cuidados para esta enfermedad. Por tanto, es imprescindible que tengan la formación adecuada para proporcionar unos cuidados de calidad.

Tras la ejecución del programa, se espera que los profesionales de Enfermería familiar y comunitaria y Enfermería pediátrica sean capaces de entender la gravedad de la AN, de valorar cada caso individualmente y aplicar las intervenciones enfermeras que mejor se adapten a la joven y a su familia.

BIBLIOGRAFÍA

1. Organización Mundial de la Salud [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud [citado 2 mayo 2017]. Desarrollo en la adolescencia. Disponible en: http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/
2. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-V. 5th ed. Arlington, Va.: American Psychiatric Association; 2013.
3. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad [Internet]. España: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. 2016 [citado 2 mayo 2017]. Clasificación Internacional de Enfermedades 10ª revisión, modificación clínica. Edición Española (CIE-10-ES); Disponible en: https://eciemaps.mspsi.es/ecieMaps/browser/index_10_mc.html
4. Nieto E, Casado A, García C, Peláez L. Guía de Cuidados de Enfermería Familiar y Comunitaria en los Trastornos de la Conducta Alimentaria. España: Ministerio de Sanidad y Consumo. 2008.
5. Herrera A, Martínez JM, Fernández MJ. Anorexia nerviosa en el embarazo: cuidados en la enfermería obstétrico-ginecológica. Enf glob [Internet]. 2011 [citado 2 mayo 2017]; 10(23):147-157. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3684809>
6. Behar R, González J, Ariza M, Aguirre A. Trastornos de la conducta alimentaria en mujeres embarazadas controladas en atención primaria. Rev Chil Obstet Ginecol [Internet]. 2008 [citado 2 mayo 2017]; 73(3):155-162. Disponible en:

http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75262008000300004&lang=pt

7. Asociación Aragonesa de familiares de enfermos con trastornos de la conducta alimentaria: Anorexia y Bulimia [Internet]. Zaragoza: Asociación Aragonesa de familiares de enfermos con trastornos de la conducta alimentaria: Anorexia y Bulimia [citado 2 mayo 2017]. ¿QUÉ SON LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA? Disponible en: <http://arbada.org/que-son-los-trastornos-de-la-conducta-alimentaria-2/>
8. Aguas A, Núñez V, Iriarte M. Proceso de atención de enfermería al paciente con anorexia nerviosa. Pulso [Internet]. 2013 [citado 2 mayo 2017]; 73:34-37. Disponible en: https://issuu.com/colegioenfermerianavarra/docs/pulso_73
9. Vilela J, Lamounier JA, Dellaretti MA, Barros JR, Horta GM. Eating disorders in school children. J Pediatr (Rio J) [Internet]. 2004 [citado 2 mayo 2017]; 80(1):49-54. Disponible en: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572004000100010&lang=pt
10. Vallejo Ruiloba J, Menchón Magriñá JM, Blanch Andreu J. Introducción a la Psicopatología y la Psiquiatría. 8ª ed. Ámsterdam: Elsevier Masson; 2015.
11. Moola FJ, Gairdner SE, Amara CE. Exercise in the care of patients with anorexia nervosa: A systematic review of the literature. Mental Health and Physical Activity [Internet]. 2013 [citado 2 mayo 2017]; 6(2):59-68. Disponible en: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1755296613000185>

12. Fornés Vives J. Enfermería de salud mental y psiquiátrica: Planes de cuidados. 2ª ed. Madrid etc.: Editorial Médica Panamericana; 2012.
13. Aravena C. TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA DESDE LA PERSPECTIVA PSICOANALÍTICA CONTEXTUAL. Federación Psicoanalítica de América Latina [Internet]. 2016 [citado 2 mayo 2017]. Disponible en: <http://fepal.org/wp-content/uploads/363-esp.pdf>
14. Bermúdez P, Machado K, García I. Trastorno del comportamiento alimentario de difícil tratamiento. Caso clínico. Arch Pediatr Urug [Internet]. 2016 [citado 2 mayo 2017];87(3):240-244. Disponible en: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-12492016000300006&lang=pt
15. Grupo de trabajado de la Guía de Práctica Clínica sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria. Guía de Práctica Clínica sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria. Madrid: Plan de Calidad para el Sistema Nacional de Salud del Ministerio de Sanidad y Consumo. Agència d'Avaluació de Tecnologia i Recerca Mèdiques de Catalunya; 2009 [citado 2 mayo 2017]. Disponible en: [http://www.guiasalud.es/GPC/GPC_440_Tt_Conduc_Alím_compl_\(4_jun\).pdf](http://www.guiasalud.es/GPC/GPC_440_Tt_Conduc_Alím_compl_(4_jun).pdf)
16. Reinoso L, Díaz R, Reyes R, Fernández M, Garrido MC, Muñoz C. Anorexia nerviosa en una trabajadora. Archivos de prevención de riesgos laborales [Internet]. 2013 [citado 2 mayo 2017];18(1):17-19. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5374425>
17. Wilfley DE, Grilo CM. Eating disorders: a women's health problema in primary care. Nurse Pract Forum [Internet]. 2015 [citado 2 mayo 2017]; 5(1):34-45. Disponible en:

<http://search.proquest.com.roble.unizar.es:9090/medline/docview/76423676/B6F7DAC0E2004C08PQ/2?accountid=14795>

18. Colomer Simón AJ, Benedí Sanz L, Granada López JM, Rams Claramunt MA. Guía de Cuidados Enfermeros en la Red de Salud Mental de Aragón, Plan Estratégico de Salud Mental. Aragón: Comunidad de Aragón; 2002.
19. Departamento de Salud, Consumo y Servicios Sociales, Gobierno de Aragón. Plan Estratégico 2002-2010 de Atención a la Salud Mental en la Comunidad Autónoma de Aragón. Aragón: Comunidad de Aragón; 2002.
20. Ruiz-Lázaro PM, Comet MP, Calvo AI, Zapata M, Cebollada M, Trébol L et al. Prevalencia de trastornos alimentarios en estudiantes adolescentes tempranos. Actas Esp Psiquiatr [Internet]. 2010 [citado 2 mayo 2017]; 38(4):204-211. Disponible en: <http://www.actaspsiquiatria.es/repositorio/11/64/ESP/11-64-ESP-204-211-189323.pdf>
21. Servicio Aragonés de Salud. Programa de Atención a la Salud Mental Infante-Juvenil, Plan Estratégico de Salud Mental. Aragón: Comunidad de Aragón; 2003.
22. Carcela T, Gutiérrez A. Aportación enfermera en TCA a través de un Plan de cuidados estandarizado. Doc Enferm [Internet]. 2016 [citado 2 mayo 2017]; 63:30-33. Disponible en: http://www.colegiooficialdeenfermeriadehuelva.es/images/zoom/PTG_AZN/viewsize/DocEnf_0063.pdf
23. Organización Mundial de la Salud [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud [citado 2 mayo 2017]. Adolescentes y salud mental. Disponible en:

http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/mental_health/es/

24. Toledo VP, Ramos NA, Wopereis F. Nursing process to patients with anorexia nervosa. Rev Bras Enferm [Internet]. 2011 [citado 2 mayo 2017]; 64(1):193-7. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21468510>
25. McCormack C, McCann E. Caring for an Adolescent with Anorexia Nervosa: Parent's Views and Experiences. Archives of Psychiatric Nursing [Internet]. 2015 [citado 2 mayo 2017]; 29(3):143-147. Disponible en: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0883941715000345>
26. García MJ, Villanueva M, Vázquez AL, Pardo C. La transversalidad de los trastornos del comportamiento alimentario: un reto para los cuidados de salud. Revista española de drogodependencias [Internet]. 2004 [citado 2 mayo 2017]; 1-2: 84-92. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=935306>
27. Johnson M, Moorhead S, Bulechek G M, et al. Diagnósticos enfermeros, resultados e intervenciones : interrelaciones NANDA, NOC y NIC. 2ªed. Madrid: Elsevier, 2012.
28. Eby L, Brown NJ. Cuidados de enfermería en salud mental. 2ª ed. Madrid, etc.: Pearson Education; 2009.

ANEXOS

Anexo 1. Hoja de inscripción para profesionales de enfermería interesados en participar en el programa.

FICHA DE INSCRIPCIÓN PARA EL PROGRAMA DE FORMACIÓN A ENFERMERAS SOBRE LA ANOREXIA NERVIOSA

Nombre:

Apellidos:

Teléfono de contacto:

Dirección:

Población:

C.P:

Nacionalidad:

Zaragoza, a..... de..... de 2017

Firma:

Anexo 2. Encuesta para la evaluación inicial de los conocimientos de los participantes acerca de los TCA y la AN.

ENCUESTA EVALUACIÓN INICIAL CONOCIMIENTOS SOBRE TCA Y AN

- ¿Qué son los trastornos de la conducta alimentaria (TCA)? ¿Sabe los diferentes tipos?
- ¿En qué se caracteriza la Anorexia Nerviosa (AN)? ¿A quién afecta?
¿Y con cuánta frecuencia?
- ¿Cuáles son sus causas? ¿Sabe qué complicaciones físicas y psicológicas implica la AN? ¿Hay alguna irreversible?
- ¿Cuál piensa que es la prioridad en los cuidados de una adolescente con AN? ¿Qué cuidados?
- Escriba algún diagnóstico de enfermería que crea pueda relacionarse con la enfermedad:
- ¿Qué cuidados cree que necesita la familia de una adolescente con AN?
- ¿Conoce alguna red de apoyo para los TCA? ¿Qué ofrecen?
- ¿Cree que usted está capacitada para proporcionar buenos cuidados a este tipo de jóvenes y sus familias?

- Escriba sus propuestas, dudas, o qué espera aprender en las sesiones:

Anexo 2. Encuesta de evaluación final.

ENCUESTA EVALUACIÓN FINAL DEL PROGRAMA

- ¿Cree que la información recibida durante las sesiones le será útil?
¿Por qué?
- Escriba esquemáticamente los conocimientos que ha adquirido durante las sesiones:
 - Sesión 1:
 - Sesión 2:
 - Sesión 3:
 - Sesión 4:
- ¿Cómo le ha ayudado el programa a entender las necesidades de una adolescente con AN y de su familia?
- ¿Cree que el programa es útil para mejorar los cuidados enfermeros que proporcionan los profesionales de enfermería a adolescentes con AN y sus familias? ¿Qué destacaría?
- ¿Hemos resuelto sus dudas con respecto al contenido de las sesiones? Escriba si todavía tiene alguna:
- ¿Qué opina sobre las sesiones? ¿Se le han hecho largas?

- ¿Hubiera preferido que fuera una sesión por semana? ¿O está de acuerdo con condensar todas las sesiones en una sola semana?
- ¿Cómo valoraría, del 1 al 5, a la enfermera que ha impartido las sesiones? Escriba si lo desea algún punto fuerte y algún aspecto en el que deba mejorar:
- ¿Cómo valoraría, del 1 al 5, a la psicóloga que participó en la tercera sesión? Escriba si lo desea algún punto fuerte y algún aspecto en el que deba mejorar:
- Por favor, escriba cualquier sugerencia para que podamos mejorar el programa: